

TOBIAS TEICHEN

CHOOSE

WEIL VIELLEICHT
KEINE ENTSCHEIDUNG IST

SCM

R. Brockhaus

SCM

Stiftung Christliche Medien

SCM R.Brockhaus ist ein Imprint der SCM Verlagsgruppe, die zur Stiftung Christliche Medien gehört, einer gemeinnützigen Stiftung, die sich für die Förderung und Verbreitung christlicher Bücher, Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.

© 2019 SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH
Max-Eyth-Straße 41 · 71088 Holzgerlingen
Internet: www.scm-brockhaus.de | E-Mail: info@scm-brockhaus.de

Soweit nicht anders angegeben, sind die Bibelverse folgender Ausgabe entnommen:
Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002 und 2006
SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH Witten/Holzgerlingen

Weiter wurden verwendet:
Elberfelder Bibel 2006, © 2006 by SCM R.Brockhaus in der
SCM Verlagsgruppe GmbH Witten/Holzgerlingen.
Hoffnung für alle® Copyright © 1983, 1996, 2002, 2015 by Biblica, Inc.®. Verwendet
mit freundlicher Genehmigung des Herausgebers Fontis – Brunnen Basel.

Co-Autorin: Claudia Elsen, München
Bildmaterial: Gesamtes Bildmaterial darf mit Lizenz
von Sophia Lasson, Unsplash verwendet werden
Gesamtgestaltung: Sophia Lasson, graphic design & photography, München
Titelbild: Shutterstock: Antonova Katya, Bild-ID 754901506
Druck und Bindung: Finidr s.r.o.
Gedruckt in Tschechien
ISBN 978-3-417-26886-7
Bestell-Nr. 226.886



Inhaltsverzeichnis



EINLEITUNG

TRIFFST DU GERN ENTSCHEIDUNGEN?

S. 08-11



KAPITEL 01

MAKE YOUR CHOICE

S. 12-25



KAPITEL 02

ÜBERPRÜFE MIT GOTTES HILFE
DEINE INNEREN MOTIVE

S. 26-45



KAPITEL 03

DAS GÖTTLICHE FILTERSYSTEM –
DIE BIBEL

S. 46-91



KAPITEL 04

DAS GÖTTLICHE FILTERSYSTEM –
DAS GEBET

S. 92-131



KURZER ZWISCHENSTOPP

IMMER FEINER SIEBEN

S. 132-143



KAPITEL 05

DAS GÖTTLICHE FILTERSYSTEM –
GUTE RATGEBER

S. 144-163



KAPITEL 06

DAS GÖTTLICHE FILTERSYSTEM –
CHAZON UND EWIGKEITSPERSPEKTIVE

S. 164-183



KAPITEL 07

DAS GÖTTLICHE FILTERSYSTEM –
GÖTTLICHER FRIEDE

S. 184-205



AUSSTIEG

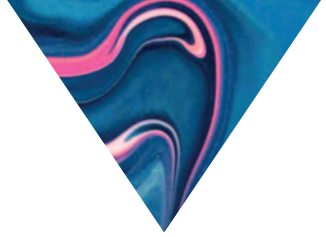
GOTT KOMMT MIT DIR ANS ZIEL

S. 206-217

DANKSAGUNG

S. 218-219





Einleitung

TRIFFST
DU GERN
ENTSCHEI-
DUNGEN?



TRIFFST DU GERN ENTSCHEIDUNGEN?

Täglich triffst du Hunderte von Entscheidungen, ohne lange darüber nachzudenken: „Was esse ich zum Frühstück? Ziehe ich den roten Pulli oder das blaue Hemd an? Nehme ich den Bus oder das Auto?“ Aber es gibt auch die wichtigeren Entscheidungen an den Weggabelungen deines Lebens: „Was möchte ich nach der Schule machen? Beginne ich eine andere Ausbildung? Soll ich meinen Partner heiraten? Was fange ich mit meinem Leben an, wenn die Kinder aus dem Haus sind?“

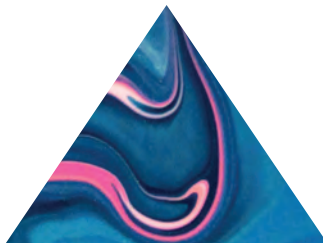
Welchen Weg du dabei wählst, liegt allein bei dir. Aber wie triffst du so eine Entscheidung nun praktisch? Wirfst du eine Münze? Zupfst du an einem Gänseblümchen herum und fragst das Blumenorakel, ob du deine Angebetete heiraten sollst oder nicht? Aber was wäre, wenn die Dame deines Herzens auch die Blumen befragt und am Ende ein Nein als Antwort bekommt, während bei dir ein Ja als letztes Blütenblatt am Stängel hängt? Dann bist du nach der Befragung so schlau wie vorher.

Auch wenn sich das im ersten Moment lustig anhört, habe ich den Eindruck, dass es tatsächlich vielen Menschen schwerfällt, Entscheidungen zu treffen. In meinen Gesprächen als Pastor begegnen mir vor allem zwei unterschiedliche Herangehensweisen an das Thema:

Bei manchen Gesprächspartnern habe ich das Gefühl, dass sie tatsächlich das Losverfahren anwenden oder sich nur durch ihre Gefühle und Emotionen leiten lassen, um

Entscheidungen in ihrem Leben zu treffen, ganz nach dem Motto: „Für mich fühlt sich das gut an. Was es für andere bedeutet oder wie mein Leben dann in zehn Jahren aussehen könnte, ist mir heute doch vollkommen egal.“

Dann gibt es noch diejenigen, die ewig mit allem hadern und am Ende einfach gar keine Entscheidung treffen. Sie rupfen einem Blümchen nach dem anderen die Blätter aus, weil sie mit keiner Antwort glücklich sind. Lieber die Entscheidung aufschieben, oder besser noch: von sich wegschieben. Das Dramatische daran ist, dass es sogar eine Entscheidung ist, keine Entscheidung zu treffen. Die Medien sprechen von der Generation „Maybe“¹, einer Generation der Entscheidungsunfähigkeit. Ich glaube allerdings, dass das bei Weitem kein Problem ist, mit der nur eine Altersklasse zu kämpfen hat. Ich selbst war auch so ein „Maybe“-Mensch und habe früher tage- oder wochenlang mit mir gerungen, wenn ich Entscheidungen treffen musste. Am Ende entschied ich mich dann hin und wieder einfach aus dem Bauch heraus für eine Richtung, die sich für mich gut anfühlte. Das waren im Nachhinein oft nicht die besten Wege. Über die Jahre entwickelte sich in mir der Wunsch, eine Anleitung zu haben, die mir dabei helfen könnte, gute Entscheidungen zu treffen. Aus diesem Grund habe ich mich mit Gott – und zusammen mit den theologischen und psychologischen Teams in meiner Kirche – auf die Suche nach hilfreichen Wegen gemacht, gute und göttliche Entscheidungen zu treffen. Die Ergebnisse und Erkenntnisse dieser Suche, die mir schon sehr geholfen haben, möchte ich dir in diesem Buch zur Verfügung stellen.







01

MAKE YOUR CHOICE





MAKE YOUR CHOICE

Jede Entscheidung, die du triffst, hat Auswirkungen auf dein Leben, du weißt nur vorher meistens nicht, wie groß diese Auswirkungen sein werden. Stell dir vor, Martin Luther King hätte sich dazu entschieden, zu schweigen und seinen Überzeugungen keinen Raum zu geben. Sein Leben und das vieler anderer Menschen wäre mit Sicherheit anders verlaufen. Entscheidungen können also sogar Auswirkungen auf ganze Generationen haben. Da du aber die Tragweite deiner Entscheidungen vorher nicht abschätzen kannst, ist es umso wichtiger, dass sie gut sind. „Gut“ bedeutet dabei aber nicht, dass du durch die Entscheidung eine Garantie dafür hast, dass „alles gut“ wird oder du dich damit erst einmal „gut“ fühlst. Es geht darum, dass du eine Entscheidung triffst, die langfristig Sinn ergibt und göttlichen Prinzipien folgt. Der Weg zum Ziel kann dabei auch mal sehr beschwerlich sein, aber Gott verspricht dir, dass er ihn mit dir geht, dich hindurchführt und dir unterwegs Orientierung gibt, wie du es im Psalm 119 lesen kannst:

*Dein Wort ist eine Leuchte für meinen Fuß
und ein Licht auf meinem Weg.*

Psalm 119,105

Um gute und göttliche Entscheidungen zu treffen, die du langfristig nicht bereust, ist es also wichtig, Gottes Ideen für dein Leben zu kennen und seine biblischen Lebens-tipps anzuwenden. Da das nicht immer so einfach ist – denn täglich wollen bis zu 20 000 Entscheidungen² getroffen werden –, möchte ich dir Tools, praktische Ideen und göttliche Filter vorstellen, die dir dabei helfen können.

ALLTÄGLICHE ENTSCHEIDUNGEN

Jeder Schritt, den du in deinem Leben tust, setzt eine Entscheidung voraus. Du entscheidest dich morgens aufzustehen oder liegen zu bleiben. Du wählst entweder Cornflakes oder Brot zum Frühstück, und dann: Hilfe! Du gehst auf dem Weg zur Arbeit auch noch in ein Café und stehst dort dann kurz vor dem Entscheidungs-burnout: Welche Bohne sollst du für deinen Kaffee wählen? Welchen Röstungsgrad? Welches Aroma? Sojamilch? Fat-free, full fat? Und am Ende noch ein Topping? Das alles sind Entscheidungen, die dir täglich über den Weg laufen. Mittlerweile habe ich beobachtet, dass sich bei mir ein Trend herauskristallisiert: Ich beginne, Dinge zu vereinfachen. Ich bestelle meinen Cappuccino mit stinknormaler Milch, ohne jeden Extra-Kram. Ich mag es lieber klar und einfach, denn das entlastet mich. Aber das ist natürlich typabhängig. Schickt mich Frauke in den Supermarkt, um Brot zu kaufen, nehme ich einfach irgendeins. Brot ist Brot. Sie dagegen würde Preise und Qualität vergleichen, probiert manchmal sogar eine neue Sorte, nimmt aber oft auch das Brot, das sie immer kauft.

Das bringt mich zu einem praktischen Tool: Was kann ich machen, um bei alltäglichen Entscheidungen dem Entscheidungs-Burnout zu entkommen?

TOOL



ENTWICKLE GUTE GEWOHNHEITEN, DIE DIR DEIN LEBEN VEREINFACHEN.

Reflektiere dabei aber, was wirklich unter „gut“ zu verstehen ist. Es ist logisch, dass es dir auf Dauer nicht guttut, jeden Abend drei Flaschen Schnaps zu trinken. Klar, auch dann hast du eine Entscheidung für etwas getroffen, aber dass diese Entscheidung nicht unbedingt zu etwas Gutem führt, ist dir auch bewusst.

In der Bibel habe ich einen Tipp gefunden, der dir helfen kann gute Gewohnheiten für dein Leben zu finden. Lies erst einmal den Vers, und danach zeige ich dir konkret, wie du ihn auf deine Alltagsentscheidungen anwenden kannst.

*Ein guter Baum
kann keine schlechten
Früchte tragen
und ein schlechter
Baum keine guten.
Man erkennt einen
Baum an seiner
Frucht.*

Lukas 6,43-44a

Um es mal ein bisschen deutlicher zu machen, wie du diesen Vers praktisch leben kannst, gebe ich dir ein Beispiel aus meinem letzten Urlaub in einem All-inclusive-Resort. Als ich dort ankam, war alles neu, und ich hatte noch keine Gewohnheiten entwickelt. Die Konsequenz: Das riesige Frühstücksbuffet war so verführerisch, dass ich in den ersten Tagen alles in mich hineinstopfte. Es gab so viele verschiedene Köstlichkeiten! Ich musste einfach alles probieren. Doch dann begann ich zu reflektieren, während ich mit einer dicken Plauze in meiner zu engen Badehose am Pool verdaute. Mir schossen in dieser Situation Gedanken durch den Kopf wie: „Tut mir das gut?“, und die Antwort war schnell da: „Irgendwie nicht. Wenn ich so weitermache, dann nehme ich hier viel zu viel zu, und das wird meiner Gesundheit schaden.“ Ich habe also erkannt: Die Frucht dieser Völlerei ist nicht gut. Am nächsten Tag fiel mir auf, dass das Essen immer das gleiche war, ich mich also nicht zwangsläufig an

einem Tag mit allem vollstopfen musste. In den nächsten Tagen achtete ich also darauf, viel ausgewählter zu frühstücken und nicht mehr der Quantität, sondern der Qualität der Speisen Priorität zu geben. Dieses Prinzip kannst du auf alle Lebensbereiche anwenden:

Reflektiere dein Handeln, schau dir die Früchte an, die aus deiner Wahl entstehen, und filtere die guten heraus. Mache diese Handlungen zu guten Gewohnheiten in deinem Leben, dann minimieren sich auch die Entscheidungen im Alltag.

Bei den Alltagsentscheidungen ist vieles vom Persönlichkeitstyp abhängig. Was den einen stresst, ist für den anderen keine große Sache. Aus diesem Grund ist es schwierig, hier allgemeingültige Tipps zu geben, wie du mit diesen Entscheidungen umgehen kannst. Zudem möchte ich mich in diesem Buch mehr den anderen Entscheidungen widmen. Denjenigen, die wirklich große Weichen im Leben stellen.

FOLGENREICHE ENTSCHEIDUNGEN

Im Gegensatz zu den alltäglichen Entscheidungen, die oft keine großen Auswirkungen haben, geht's bei den folgenreichen Entscheidungen ans Eingemachte, denn sie haben einen großen Einfluss darauf, wie dein Lebensweg verläuft. Ich gebe dir mal ein paar Beispiele, was folgenreiche Entscheidungen in deinem Leben sind:

- ▶ Welchen Schulabschluss will ich machen?
- ▶ Welchen Beruf wähle ich?
- ▶ In welche Freundschaften beziehungsweise Menschen, investiere ich?
- ▶ Große Käufe: Soll ich mir das Auto/das Haus/das Designerkleid anschaffen?
- ▶ Soll ich umziehen?
- ▶ Wen heirate ich?
- ▶ Wie verhalte ich mich in der Ehe?
- ▶ Gehe ich fremd?

- ▶ Verlasse ich meinen Ehepartner?
- ▶ Wie erziehe ich meine Kinder?
- ▶ Wechsle ich meinen Job?
- ▶ Welche finanziellen und zeitlichen Prioritäten setze ich in meinem Leben?
- ▶ Entscheide ich mich für einen gesunden Lebensstil?
- ▶ Medizinische Entscheidungen
- ▶ Wie gestalte ich mein Leben, wenn ich in Rente gehe?
- ▶ Was bestimmt mein Leben, wenn die Kinder aus dem Haus sind?
- ▶ Lebe ich mein Leben mit oder ohne Gott?

Diese Liste lässt sich natürlich weiter fortsetzen. Folgenreiche Entscheidungen haben immer große Konsequenzen für deinen Lebensweg. Ein Freund hat mir mal eine Geschichte erzählt, die mich sehr an unser heutiges Entscheidungsverhalten erinnert:

Ein alter Zimmermann geht zu seinem Chef und eröffnet diesem, dass er nun in Rente gehen möchte. Er sagt ihm, dass er jahrzehntelang gerne auf dem Bau geschuftet und viele Häuser gebaut hat. Jetzt reicht es ihm aber, er hat keine Lust mehr und findet, dass es nun an der Zeit ist aufzuhören. Er will ab jetzt sein Leben mit seiner Frau und seinen Enkeln genießen. Der Chef nimmt die Kündigung mit Bedauern hin, sagt aber zu ihm: „Darf ich dich um einen letzten Gefallen bitten? Bau mir bitte noch ein letztes Haus.“ Der Zimmermann erwidert: „Ja, das mache ich“, und legt sofort los. Im Laufe des Baus merkt er, wie seine Motivation schwindet. Er denkt sich: „Warum mache ich das eigentlich noch? Ich könnte jetzt auf meinem Balkon sitzen und die Sonne genießen. Warum habe ich bloß zugestimmt?“ Er fängt an, nicht mehr so ordentlich zu arbeiten wie früher. Er nimmt nicht mehr die besten Baustoffe, sondern die, die am schnellsten eingebaut sind. Er arbeitet unordentlich und achtet nicht mehr auf Qualität. Als das Haus fertig ist, kommt der Chef, um die Baustelle abzunehmen. Bevor er damit anfängt, bedankt er sich bei seinem Mitarbeiter: „Du warst wirklich ein guter Zimmermann über all diese Jahre. Ich habe eine Überraschung für dich!“ Er gibt dem alten Mann den Haustürschlüssel. „Das ist mein Abschiedsgeschenk für deine Rente! Ich danke dir für alles!“ In diesem Moment schämt sich der alte Zimmermann und bereut seine Entscheidung, denn er weiß: Er wird jetzt mit seiner Frau in einem Haus



*DENN:
DIE QUALITÄT
DEINER ENT-
SCHEIDUNGEN
BEEINFLUSST
DIE QUALITÄT
DEINES
LEBENS.*

wohnen, das er schlecht und schlampig gebaut hat, und die Materialien werden nicht lange halten.

In deinem Leben triffst du Entscheidungen, die dein „Lebenshaus“ aufbauen. Mit jeder Entscheidung gießt du das Fundament, ziehst Wände hoch und schlägst Nägel in die Mauern. Du wohnst in diesem Haus und merkst irgendwann, dass du dich darin nicht wohlfühlst.

GODSTREAM VERSUS MAINSTREAM

Mit diesem Wissen über die folgenreichen Weggabelungen in deinem Leben kannst du leicht unter großen Druck geraten, da es schwierig ist, an den Kreuzungen des Lebens den guten Weg zu erkennen und dann auch zu gehen.

Wir kommen jetzt an einen Punkt in diesem Buch, der mir sehr wichtig ist und der auch eine besondere Art der Entscheidung beschreibt: Ich bin der Meinung, dass die wenigsten Menschen schlechte Entscheidungen mit Vorsatz treffen. Es gibt Faktoren, die dich unbewusst beeinflussen und dir das Gefühl geben, dass jede einzelne Entscheidung richtig, ja die **bestmögliche Wahl** ist. Wenn du nicht gelernt hast, wie du qualitativ gute Entscheidungen treffen kannst, wirst du immer auf diese unterbewussten Tendenzen und Reflexe hören, die sich im Laufe deines Lebens in dir eingepägt haben. Deshalb lade ich dich bei der Lektüre dieses Buches ein, umzudenken, alte Prägungen abzulegen, dich zu reflektieren und dich dann auf neue Wege der Entscheidungsfindung einzulassen.

Es gibt dabei ein paar wichtige und grundlegende Punkte, die dein Entscheidungsleben beeinflussen und die du kennen solltest. Außerdem bilden sie auch die Basis für alle weiteren „Tools“ und „Filter“, die ich dir in diesem Buch vorstellen werde.